

3歳児を育てる保護者の健康状態および受診行動の現状と課題

著者名	三浦 美奈子, 櫻田 章子
雑誌名	東京女子医科大学看護学会誌
巻	13
号	1
ページ	22-27
発行年	2018-03-31
URL	http://hdl.handle.net/10470/00032067

3 歳児を育てる保護者の健康状態および受診行動の現状と課題

三浦美奈子* 櫻田章子*

HEALTH STATUS AND HOSPITAL VISIT BEHAVIOR OF PARENTS RAISING A THREE-YEAR-OLD CHILD CURRENT STATUS AND ISSUES

Minako MIURA * Akiko SAKURADA *

キーワード：幼児、保護者、健康状態、受診行動

Key words : three-year-old child, parents, health status, hospital visit behavior

I. 緒言

近年、少子高齢化や女性の社会進出など社会情勢は目まぐるしく変化し、育児中の保護者に与える影響は大きい。なかでも幼児をもつ保護者は壮年期にあたり、社会的責任も大きく公私ともに多忙な生活を送っている。就学前の子どもをもつ夫妻の家事関連時間は他の年代の人と比べて最も長く、なかでも育児時間が多くを占めており、休養等の自由時間活動は最も短い（総務省, 2012）。つまり、保護者らは仕事や家事などに多くの時間を費やしており、自由に使える時間は制限されている。

そのうえ、この年代は加齢とともに身体の諸機能が低下し、生活習慣病や悪性新生物、心疾患の発症率が増加する時期である。しかし、乳幼児を育てる母親のうち約3分の1は、自分自身の健康に関心が向けられていない（中村ら, 2008）、睡眠時間が短く、定期的な運動習慣がなく（中村ら, 2010）、健康な生活習慣の保持が難しい。また、自身の健康状態は良好であると自己評価する人が多い（大槻ら, 2008; 大島ら, 2011）一方で、疲れやストレスを自覚する母親も多く（大槻ら, 2008; 藤生ら, 2007）、概して良好な健康状態にあるとはいえない。そして体調不良時には、子どもと一緒に病院に行きづらい（NPO 法人シャーロックホームズ, 2012）などの理由で、症状が悪化しないと受診しない人が多い（中村ら, 2010）。このよ

うに、子どもを預ける難しさや時間的制約から受診行動がとれず、自身の健康管理を優先できない状況にあると推察される。そのため筆者らは、幼児を育てる保護者の健康状態と受診行動を把握し、必要時には適切に受診し健康を保持増進できる環境づくりを目指したいと考えた。

II. 研究目的

本研究の目的は、3 歳児を育てる保護者の健康状態、および受診行動の現状と課題を明らかにし、保護者の健康を保持増進するための支援への示唆を得ることである。

III. 用語の定義

本調査では、受診行動を「医療機関を利用し診療を受けること。受診を決定するまでの調整や相談なども含む」とした。

IV. 研究方法

1. 対象者

調査期間中に、A 市の 3 歳児健康診査を受診した子どもを育てる保護者

*東京女子医科大学看護学部（Tokyo Women's Medical University, School of Nursing）

2. 調査期間

平成 27 年 8 月 1 日～平成 27 年 12 月 31 日

3. 調査方法

調査方法は、筆者らが独自に作成した、無記名による自己記入式質問紙法とした。調査用紙の配付にあたっては、A 市保健センターに所属する 3 歳児健康診査の実施責任者に調査目的、主旨、配付方法の説明を行い、協力の承諾を得た。質問紙は、A 市内の保健センターで行われる 3 歳児健康診査を受診する子どもに付き添ってきた方に保健師が配付した。質問紙は、子どもを主に育てている保護者が回答するように記載し、記入後は返信用封筒に封入し投函するように依頼した。

4. 調査内容

- 1) 基本的属性：性別、子どもとの関係、年齢、職業、同居している家族と子どもとの関係、日中に子どもを主にみている人
- 2) 保護者の健康状態および受診行動
 - ①健康状態の自覚や健康への関心、健康への不安を 4 件法で尋ねた。
 - ②自覚症状：ここ数日の自覚症状の有無を尋ね、「症状がある」を選択した人へは国民生活基礎調査（厚生労働省、2014）を参考に作成した 19 項目から、症状すべてを選択してもらった。症状として挙げた項目は、肩こり、腰痛、手足の関節が痛む、体がだるい、頭痛、めまい、せきやたんが出る、鼻水が出る、発熱、眠れない、動悸・息切れ、目が見えにくい、耳が聞こえにくい、胃のもたれ・胸焼け、下痢・便秘、かゆみ、いらいらしやすい、常に疲れている、その他、である。
 - ③健康を保つうえでの困りごとを自由記載にて尋ねた。
 - ④受診行動について

最近の体調不良時の受診の有無を尋ね、「受診した」を選択した人へは、受診時に子どもはどうしたかを先行文献（NPO 法人シャーロックホームズ、2012）を参考に作成した、「同居する家族に預けた」「近くに住む家族に預けた」などの 7 つの選択肢から当てはまるものを選択してもらった。また、「受診しなかった」を選択した人へは、理由を自由記載にて尋ねた。

さらに、最近、受診しなかったができなかったことの有無を尋ね、「ある」を選択した人へは、理由を自由記載にて尋ねた。また、体調不良時の

対応を「育児や家事・仕事を人に任せて無理しない」「育児や家事・仕事を終えてから休養する」「その他」の 3 つの選択肢から当てはまるものを選択してもらい、「その他」を選択した人へは理由を自由記載にて尋ねた。

- 3) 健康保持や受診に関する行政への要望や意見を自由記載にて尋ねた。

5. データ分析方法

基本統計量の算出を行い、自由記載の内容は、記載された内容の意味を失わないよう簡潔な文章にまとめてコードとし、その内容の類似性ごとに集めて命名し、カテゴリー化した。カテゴリー化にあたっては、研究者間で意見が一致するまで検討し、分析の妥当性を高めた。

6. 倫理的配慮

以下の点を調査用紙の依頼文に明記した。①調査の趣旨・目的、②調査は無記名であり、個別に封をして投函することを依頼し、匿名性を保持すること、③調査への協力は個人の意思によって決定され、協力を拒否したことにより不利益を被ることはないこと、④投函をもって調査協力に同意したものとすること。本研究は東京女子医科大学倫理委員会の承認を得て実施した（承認番号 3475）。

V. 結 果

247 名に調査用紙を配付し、73 名から返送があり（回収率 29.6%）、有効回答率は 100%であった。

1. 対象者の属性（表 1）

対象者の性別は女性が 72 名（98.6%）、男性が 1 名（1.4%）であり、子どもとの関係は母親が 72 名（98.6%）であった。年齢は 30～34 歳が 32 名（43.8%）であり、平均年齢は 35.1 歳（SD=5.2）であった。職業は、家事育児に専念している人が 41 名（56.2%）、常勤で働いている人が 20 名（27.4%）であった。同居している家族の子どもとの関係は、母親が 73 名（100%）、父親が 69 名（94.5%）、祖母が 15 名（20.5%）、祖父が 11 名（15.1%）、きょうだいが 57 名（78.1%）であった（複数回答あり）。平日の日中、子どもを主にみているのは、母親が 51 名（69.9%）、保育園が 20 名（27.3%）であった（複数回答あり）。

表1 対象者の属性		n=73	
		人数	%
性別	女性	72	98.6%
	男性	1	1.4%
子どもとの関係	母親	72	98.6%
	無回答	1	1.4%
年齢	25～29歳	7	9.6%
	30～34歳	32	43.8%
	35～39歳	17	23.3%
	40～44歳	13	17.9%
	45歳以上	2	2.7%
	無回答	2	2.7%
職業	家事育児に専念	41	56.2%
	常勤	20	27.4%
	パート・アルバイト	7	9.6%
	自営業	3	4.1%
	その他	2	2.7%

2. 保護者の健康状態について

1) 保護者の健康状態の自覚および関心、健康への不安 (図1)

自身の健康状態を「とても健康である」と答えた人は11名(15.1%)、「まあ健康である」は56名(76.7%)、「あまり健康でない」は6名(8.2%)、「健康でない」は0名(0.0%)であった。また、健康への関心は「とても関心がある」と答えた人は27名(37.0%)、「まあ関心がある」は42名(57.5%)、「あまり関心がない」は4名(5.5%)、「関心がない」は0名(0.0%)であった。さらに、自分自身の健康への不安は「とても不安がある」と答えた人は5名(6.8%)、「まあ不安がある」は40名(54.8%)、「あまり不安がない」は26名(35.6%)、「不安がない」は2名(2.7%)であった。

2) 保護者の自覚症状について (表2)

最近自覚症状が「ある」と答えた人は55名(75.3%)、「ない」は18名(24.7%)であった。自覚症状で最も多かったのが「肩こり」25

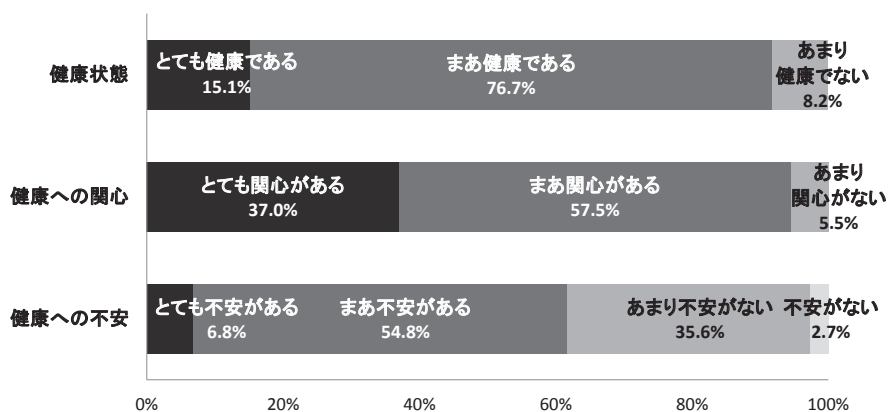


図1 保護者の健康状態の自覚、健康への関心・不安

名(45.5%)、次に「いらいらしやすい」21名(38.2%)、「腰痛」17名(30.9%)であった(複数回答あり)。一人あたりの回答数は1～9項目、平均回答数は3.0項目(SD=2.0)であった。

3) 健康上の困りごとについて (表3)

自分の健康を保つうえで困りごとについては17名から回答があり、【自分の時間がない】【思うように受診できない】【十分な睡眠や休養がとれない】【運動が不足している】【ストレスが発散できない】【腰痛が治らない】【がんの再発が怖い】【不調がありながら育児せざるを得ない】の8カテゴリーが抽出された。

3. 保護者の受診行動について

1) 体調不良時の受診行動について

最近、体調不良時に病院や診療所を受診したかの問いに、「受診した」と答えた人は41名(56.2%)、「受診しなかった」は32名(43.8%)であった。さらに、受診した人に、受診時に子どもをどうしたか尋ねたところ、「同居する家族に預けた」が16名(39.0%)、「一緒に病院に連れて行った」が15名(36.6%)、「近くに住む家族に預けた」が4名(9.8%)、「子どもが保育園や幼稚園にいる間に行った」が4名(9.8%)であった。また、受診しなかった人に理由を尋ねたところ、22名から回答があり、【子どもがいるため】【緊急性と重症度から判断した】【受診する時間がない】【病院に行きたくない】【市販の薬で対応した】【受診しても治らない】【受診するタイ

表2 保護者の自覚症状

n=55(複数回答あり)		
	人数	%
肩こり	25	45.5%
いらいらしやすい	21	38.2%
腰痛	17	30.9%
体がだるい	15	27.3%
常に疲れている	15	27.3%
頭痛	10	18.2%
めまい	9	16.4%
鼻水が出る	9	16.4%
せきやたんが出る	8	14.5%
胃のもたれ・胸やけ	7	12.7%
眠れない	4	7.3%
目が見えにくい	4	7.3%
かゆみ	4	7.3%
手足の関節が痛む	3	5.5%
下痢・便秘	2	3.6%
発熱	1	1.8%
耳が聞こえにくい	1	1.8%
動悸・息切れ	0	0.0%
その他	12	21.8%

ミングが分からない】【金銭の余裕がない】の8
カテゴリーが抽出された(表4)。

また、最近受診したかったが行けなかったこと
があるかを尋ねたところ、「ある」と答えた人は
27名(37.0%)、「ない」は46名(63.0%)であっ
た。行けなかったことがある人に理由を尋ねたと
ころ、27名から回答があり、【子どもがいるため】

【受診する時間がない】【金銭の余裕がない】【出
産を控えていた】【授乳中で薬を内服したくない】
の5カテゴリーが抽出された(表5)。

2) 体調不良時の対応について

自分の体調不良時に家事や育児をどうしている
かを尋ねたところ、「育児や家事・仕事を人に任
せて無理しない」と答えた人は23名(30.3%)、

表3 健康上の困りごと n=17	
カテゴリー	サブカテゴリー
自分の時間がない	自分のケアをする余裕が全くない 自分の時間がもてない 仕事量が多い 育児を一人で担っている
思うように受診できない	受診を我慢せざるを得ない 病院に行きたくても子どもを預けられない
十分な睡眠や休養がとれない	十分な睡眠がとれない 十分な休養が取れない
運動が不足している	運動する時間がない 運動していない
ストレスが発散できない	ストレスを感じる ストレスが発散できない
腰痛が治らない	腰痛が治らない
がんの再発が怖い	がんの再発が怖い
不調がありながら育児せざるを得ない	腰痛があるが抱っこをせがまれてつらい

表4 体調不良時に受診しなかった理由 n=22	
カテゴリー	サブカテゴリー
子どもがいるため	子どもを預ける先がない 子どもを一時保育に預けられない 子どもを病院に連れていきたくない 子どもと一緒に病院に行くのが大変 子どもがいるため
緊急性と重症度から判断した	緊急性がないと判断した 重症ではないと判断した 経過をみて判断した
受診する時間がない	時間がない 仕事を休めない 余裕がない
病院に行きたくない	病院が嫌い 病院で待つのが嫌
市販の薬で対応した	市販の薬で対応した
受診しても治らない	受診しても治らない
受診するタイミングが分からない	受診するタイミングが分からない
金銭の余裕がない	お金がない

表5 受診したかったが行けなかった理由 n=27	
カテゴリー	サブカテゴリー
子どもがいるため	子どもを預ける先がない 診察中子どもをみてる人がいない 子どもを預けるのに気を遣う 子どもを病院に連れていきたくない 子どもと一緒に病院に行くのが大変 子どもがいるため
受診する時間がない	仕事や育児で忙しく病院に行く時間がとれない 時間がない 仕事がある 忙しい 余裕がない
金銭の余裕がない	お金がない
出産を控えていた	出産を控えていた
授乳中で薬を内服したくない	授乳中で薬を内服したくない

「育児や家事・仕事を終えてから休養する」は42名(55.3%)、「その他」は11名(14.5%)であった(複数回答あり)。「その他」の回答として4カテゴリー、【いつも通りに家事や育児をする】【家事や育児を少し減らして行う】【家事や育児をせずに休む】【症状の改善を図る】の対応がされていた。

4. 健康の保持や受診に関する行政への要望や意見

行政への要望や意見では23名から回答があり、【病院を受診しやすくしてほしい】【子どもがいる親が受診しやすい環境を整えてほしい】【簡単に健康チェックを受けられる機会があると良い】【がん検診の対象年齢を下げてほしい】【子育てしながら働くことのできる環境を作してほしい】【頑張っている人たちが楽になるように改善されると良い】【自分に何かあったとき、子どもを誰が見てくれるのか心配がある】の7カテゴリーが抽出された。

VI. 考 察

1. 健康への関心および健康状態について

本調査結果では、健康に「とても関心がある」「まあ関心がある」と答えた人は91.8%と、先行研究(中村ら, 2008; 大島ら, 2011)と比較して高かった。また、自身の健康状態を、「とても健康である」「まあ健康である」と答えた人は94.5%と、多くの人が健康であると自覚していた。しかしながら、自覚症状がある人は75.3%と多く、健康に「とても不安がある」「まあ不安がある」と答えた人も61.6%と半数を超えていた。自覚症状には、肩こり、腰痛、常に疲れている、体がだるい、いらいらしやすい、などが多く、全身や局所の身体的な不調に加えて精神的な不調をも感じており、症状が多岐にわたり複雑であった。

また、健康を保つうえでの困りごとに、【十分な睡眠や休養がとれない】ことが挙げられた。睡眠不足では疲労回復が図れず、慢性疲労や全身倦怠感、集中力の低下などが引き起こされる。さらに、精神的な健康度も低下する(金岡, 2011)。しかし、この時期の保護者は睡眠時間を削って育児や家事、仕事を優先せざるを得ず、【自分の時間がない】といった、多忙でゆとりのない生活を送っていることが推察された。これは、常に疲れている、体がだるい、

いらいらしやすいなどの自覚症状とも関連していると考えられた。乳幼児を育てている母親のうち、ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間があるものの割合は、3、4か月児の母親の約8割に対し、3歳児の母親は約6割と、子どもの年齢が高くなるほど減少している(山崎ら, 2014)。2015年度～2024年度にわたり取り組まれている「健やか親子21(第2次)」の課題の一つに「切れ目ない妊産婦・乳幼児への保健対策」が挙げられているが、乳幼児を育てている保護者自身の健康には言及していない。また、前述した「ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合」は、重点課題の「育てにくさを感じる親に寄り添う支援」の健康水準の指標として設定されている(厚生労働省, 2015)。しかし、育てにくさをもつ親のみでなく、幼児を育てる保護者皆が余裕をもって子育て期を過ごすことは保護者自身にも子どもにとっても望ましい。

そこで保護者の健康状態が悪化せず、症状が改善するような健康習慣が持てるとよいと考える。例えば、心身の緊張を緩め疲労を回復するためのリラクゼーション法や、自然治癒力を高める方法を会得する機会を持ち、日常的かつ継続的に実施できるようになるための支援が効果的だと考える。そして、常に子どもと一緒に過ごすことによって生じるストレスもあると推察されるため、子どもと離れ自分自身に集中する時間がもてるよう、子どもの保育サービスを同時に提供できるとよい。

2. 受診行動について

体調不良時に病院や診療所を受診した人としなかった人はほぼ同数であった。受診しなかった理由に【緊急性と重症度から判断した】【市販の薬で対応した】が挙げられたが、適切な判断力があれば望ましい行動であり、健康状態を悪化させる可能性は低いと考える。近年では、自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てするセルフメディケーションの考えが普及し、一般用医薬品の販売も広く行われている。しかし医薬品を有効に利用するためには、購入者が症状の程度や状態を正しく把握して薬剤師に伝え、適切に医薬品を選択できることが重要である。

そして、【受診する時間がない】【子どもがいるため】と答えた中には、受診の必要性が高い人がいる可能性もある。また、受診したいけれども行けなかったことがある人が約4割いた。【受診する時間

がない】【子どもがいるため】と、前述した状況と同じ理由が挙げられており、受診を希望する状況でも、かなわないことが明らかになった。そして、子どもと病院に行くことは体調が悪い自分にとって負担となるうえ子どもが感染する恐れがあるため望ましくないが、子どもの預け先がないという切実な状況が推測された。

これらのことから、幼児を育てる保護者の健康状態が悪化し受診が必要になったとき自己の体調管理を優先できるためには、個々の保護者の努力に委ねるだけではなく、社会資源を整える必要性が高い。母親の体調不良時には、受診先の病院内での保育や一時保育を利用したいとの要望がある（NPO 法人シャーロックホームズ, 2012）が、現在、受診者を対象とした病院内での一時保育を行っている施設は全国的にみてもごく一部である。また、一時保育事業は各自治体で行っているが、事前申し込みが必要となすにキャンセル待ちも多く、使い勝手がよいとはいえない。そのため、保育施設の整備とともに、スマートフォンを利用して保育施設の空き情報を検索し、申し込みできるなど簡易な方法を導入する必要性が高いと考える。

なお、本研究を実施した A 市の年間出生数はおおよそ 1000 人前後で推移しており、今回の調査の対象者はそのうち約 7% である。また、今回は A 市以外の調査を実施していない。今後は A 市内での対象者数を増やすとともに、他の自治体での調査を実施することにより、一般化が可能になると考える。

VII. 結 語

今回の研究では、3 歳児を育てる保護者の健康状態および受診行動の現状と課題を明らかにした。3 歳児を育てる保護者の多くは心身の不調を自覚しているが、多忙さゆえに自身の健康管理を優先できない現状が明らかになった。そのため、心身の緊張を緩め疲労を回復できるリラクゼーション法の実施や、必要時に気兼ねなく受診できる支援体制構築の必要性が示唆された。

謝辞: 調査にご協力いただきました保護者の皆様、本研究にご理解いただき調査用紙の配付にご協力いただいた A 市職員の皆様に心より感謝申し上げます。

本研究は平成 27 年度 MONAC・掛川市健康調査助成金により実施した。

引用文献

- 藤生君江, 神庭純子, 吉川一枝, 他 (2007). 幼児を持つ母親の育児機能の特徴. 岐阜医療科学大学紀要, 1, 37-45.
- 金岡緑 (2011). 乳幼児をもつ母親の生活習慣と精神的健康および育児に対する自己効力感との関連. 日本助産学会誌, 25(2), 181-190.
- 厚生労働省 (2014). 平成 25 年国民生活基礎調査の概況.
- 厚生労働省 (2015). 平成 27 年度版厚生労働白書.
- 中村伸枝, 遠藤数江, 荒木暁子, 他 (2008). 幼児と母親の生活習慣の実態と母親の健康に関する認識. 千葉大学看護学部紀要, 30, 25-29.
- 中村友香, 松岡由貴, 二岡えり子, 他 (2010). 大阪市鶴見区における乳幼児を育てる母親の生活習慣の実態および子育て状況との関連. 保健師ジャーナル, 66(9), 832-839.
- NPO 法人シャーロックホームズ (2012). 調査リリース ママの健康アンケート, 2012 年 9 月 28 日発表, <http://baykids.jp/press/966.html/>, 2017 年 10 月 27 日参照.
- 大槻優子, 石村由利子, 飯野伸子, 他 (2008). A 市における育児期にある女性の保健行動について. 順天堂大学医療看護学部医療看護研究, 4(1), 89-94.
- 大島由美, 金山時恵 (2011). 乳幼児を持つ母親の健康意識と予防的保健行動. インターナショナル Nursing Care Research, 10(4), 35-44.
- 総務省 (2012). 平成 23 年社会生活基本調査.
- 山崎嘉久, 山縣然太郎, 篠原亮次, 他 (2014). 「健やか親子 21」課題 4 の最終評価報告 - 課題 4: 子どもの心の安らかな発達の促進と育児不安の軽減 -. 山縣然太郎研究代表者. 平成 25 年度厚生労働科学研究費補助金成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業「健やか親子 21」の最終評価・課題分析及び次期国民健康運動の推進に関する研究 平成 25 年度総括・分担研究報告書, 354-385.